サラー（礼拝）の形

﴾ صفة الصلاة ﴿

[日本語– Japanese – ياباني]

ムハンマド・イブラーヒーム・アッ＝トゥワイジュリー

翻訳：サイード佐藤

校閲：ファーティマ佐藤

2008 - 1429

islamhouse.com

﴿ صفة الصلاة ﴾

« باللغة اليابانية »

محمد بن إبراهيم التويجري

ترجمة: سعيد ساتو

مراجعة: فاطمة ساتو

2008 - 1429

islamhouse.com

⑤サラー（礼拝）の形

● 崇高なるアッラーは全てのムスリムに、昼夜5回のサラーを義務付けられました。つまりそれらは：①*ズフル*（正午過ぎのサラー）、②*アスル*（午後遅くのサラー）、③*マグリブ*（日没直後のサラー）、④*イシャー*（夜更けのサラー）、⑤*ファジュル*（夜明け前のサラー）です。

● サラーに臨む者はまず*ウドゥー*[1]し、約3*ズィラーァ*[2]ほど前方に*ストゥラ*[3]を置いて、*キブラ*[4]を向きます。そしてストゥラとサジダ（跪拝）した時に額がつく場所の間は羊1頭が通過出来る位の間隔にし、ストゥラと自分の間には何も置きません。サラーをする者とストゥラの間を通過するのは、罪深い行いです。

アブー・ジュハイム（彼にアッラーのご満悦あれ）は言いました：「アッラーの使徒（彼にアッラーからの平安と祝福あれ）は言いました：“サラーしている者の前を通過することの罪を知ったなら、その前を通るよりも40年間（その者がサラーを終えるまで通過せずに）待つことの方がよいであろうに。”」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[5]）

● サラーに臨む者は、サラーをするということを心でもって意図します。それから「アッラーフ・アクバル」と唱えつつ、*タクビーラトゥ・アル＝イフラーム*[6]をします。その際には指を広げ、手の平はキブラの方に向けつつ、両手を肩、あるいは耳の高さまで上げます。「アッラーフ・アクバル」と唱えることと両手の動作は、時に同時に、また時にどちらかを少し先行させて行います。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*[7]を実践することが出来るのです。

---

1 訳者注：イスラームにおいて定められたある一定の形式における、心身の清浄化を意図した体の各部位の洗浄。

2 訳者注：1ズィラーァは約50cmです。

3 訳者注：サラーしている最中にすぐ前方を通過されないように置く、何らかの目印のこと。預言者（彼にアッラーからの平安と祝福あれ）のスンナで、サラーの際に誰かに前方を通過されることでその報奨が減ったり、注意がそがれたり、かつ通過した者がそうすることにより罪を犯したりことを未然に防ぐためのものです。

4 訳者注：カアバ神殿のあるマッカの方角のこと。

5 サヒーフ・アル＝ブハーリー（510）、サヒーフ・ムスリム（507）。

6 訳者注：サラーを開始する際に行うタクビールのことです。アッラーが何よりも偉大であり、それ以外の存在はかれなしでは存在することが出来ない小さな存在であることを実感することで、サラー中の畏怖の念を呼び起こし、またかれ以外の何かに心を囚われることがないようにします。

7 訳者注：預言者ムハンマド（彼にアッラーの祝福と平安あれ）の言動や、彼の認証したこと、及び彼の性質的・形質的諸特徴のこと。ムスリムは可能な限り、彼のスンナを踏襲するべきであるとされています。

● それからサジダ（跪拝）した時に額がつく場所のあたりを畏怖の念を持って眺めつつ、右手を左手の甲と手首と前腕の上に重ね、それを胸の上に置きます。そして時には右手で持って左手をつかみ、また時にはつかまないようにします。

● **それからスンナで伝えられているズィクル（念唱）やドゥアー（祈願）でもって、サラーを開始します：**

1－「アッラーよ、あなたが東西の間を遠く隔てられたように、私と私の過ちの間を遠く隔てて下さい。アッラーよ、白い服が汚れから清められるように、私を私の過ちから清めて下さい。アッラーよ、雪と水と雹で私を私の過ちから洗い清めて下さい。」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[8]）

2－「（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高なアッラーよ、あなたを讃美します。あなたの御名は祝福に溢れ、あなたのご偉力は至高です。あなたの他に真に崇拝すべきものはありません。」（アブー・ダーウードとアッ＝ティルミズィーの伝承[9]）

3－「アッラーよ、ジブリールとミーカーイールとイスラーフィール[10]の主、天地の創造主よ。不可視なる世界と可視なる世界をご存知になられるお方よ。あなたこそあなたのしもべたちが以前意見を異にしていたことに関して、彼らの裁決を下されるお方。真理から反れたことに関して、あなたのお許しをもって私をお導き下さい。あなたこそあなたがお望みになる者を真っ直ぐな道へとお導きになられるお方です」（ムスリムの伝承[11]）

４－「アッラーは偉大なり。アッラーを限りなく讃美します。朝に夕に、アッラーの（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高さに称えあれ。」（ムスリムの伝承[12]）

5－「アッラーに、限りなく、素晴らしく、祝福に溢れた讃美あれ。」（ムスリムの伝承[13]）

これらの言葉を、時にはこれ、また時にはこれ、という風に変化させて用いるようにします。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*を実践することが出来るのです。

8　サヒーフ・アル＝ブハーリー（4497）、サヒーフ・ムスリム（92）。文章はアル＝ブハーリーのもの。
9　真正な伝承。スナン・アブー・ダーウード（775）、スナン・アッ＝ティルミズィー（243）。
10　訳者注：全て大天使の名。ジブリール（ガブリエル）は諸預言者や使徒たちに対してアッラーからの啓示伝達を担い、ミーカーイール（ミカエル）は雨と作物を委任されています。またイスラーフィールは角笛を吹いてこの世の終焉を告げ、またもう一吹きで全てのものの復活を知らせる役割を任されています。
11　サヒーフ・ムスリム（770）。
12　サヒーフ・ムスリム（601）。
13　サヒーフ・ムスリム（600）。

● それから声に出さずに「*アウーズ・ビッラーヒ・ミナッシャイターニッラジーム*（私はアッラーに、呪われしシャイターン（悪魔）からのご加護を乞います）」と唱えます。

あるいはこう言います：「*アウーズ・ビッラーヒッサミーイルアリーミ・ミナッシャイターニッラジーミ・ミン・ハムズィヒ・ワ・ナフヒヒ・ワ・ナフスィヒ*（私は全知全能のアッラーに、呪われしシャイターン（悪魔）の囁きかけと吹き込み、そしてその唾からのご加護を乞います）」（アブー・ダーウードとアッ＝ティルミズィーの伝承[14]）

● それから声を出さずに「*ビスミッラーヒッ＝ラフマーニッ＝ラヒーム*（慈悲遍く慈悲深きアッラーの御名において）」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[15]）と唱えます。

● そしてクルアーンの*アル＝ファーティハ章*を、アーヤ（句）ごとにきちんと区切って読みます。イマーム（サラーを率いる者）がそれを声に出して読む時以外は、全てのラクアにおいてアル＝ファーティハ章を声に出さずに読まなくてはなりません。アル＝ファーティハ章の読誦なしのサラーは、成立しないのです。

● アル＝ファーティハ章の読誦が終わったら：イマーム、イマームについてサラーする者、単独でサラーする者の別なく、声を伸ばして「アーミーン[16]」と唱えます。但し声を出さずに行うサラー（ズフル、アスルなど）においては、この限りではありません。

アブー・フライラ（彼にアッラーのご満悦あれ）によれば、預言者（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）は言いました：「“イマームが「アーミーン」と言ったら、あなた方も「アーミーン」と言うのだ。というのも天使たちの*タアミーン*[17]に（唱えるタイミングが）一致した者は、それ以前の罪を赦されるのであるから。”」

イブン・シハーブは伝えています：「アッラーの使徒（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）はこう言ったものでした：“アーミーン。”」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[18]）

● そして最初の2ラクアにおいてアル＝ファーティハ章を読み終わったら、その後にクルアーンのスーラ（章）か、あるいは適当なクルアーンの一部を選んで読みます。そして

14　良好な伝承。スナン・アブー・ダーウード（775）、スナン・アッ＝ティルミズィー（242）。イルワーウ・アル＝ガリール（341）参照。

15　サヒーフ・アル＝ブハーリー（743）、サヒーフ・ムスリム（399）。

16　訳者注：キリスト教の普及によって日本人が誰でも知るようになった「アーメン」という言葉と同様に、「アッラーよ、（祈りに）お応え下さい。」という意味があります。

17　訳者注：「アーミーン」と唱えることです。

18　サヒーフ・アル＝ブハーリー（780）、サヒーフ・ムスリム（410）。

時には読誦を長引かせ、また時には旅行や咳、病気や子供の泣き声などの原因を考慮に入れて短く切り上げます。通常スーラは１つ丸ごと読みますが、１つのスーラを２つのラクアに分割したり、また１ラクア目で読んだ分を２ラクア目で復唱したり、あるいは１つのラクアで２つ以上のスーラを読み続けることも出来ます。クルアーンはゆっくりと美しい抑揚をもって読誦するようにし、また美しい声を用いるように努めます。

● ファジュルのサラーと、マグリブとイシャーの最初の２ラクアは、声を出して読みます。そしてズフルとアスルのサラー、及びマグリブの３ラクア目とイシャーの最後の２ラクアは声を出さずに読みます。そしてクルアーンの各アーヤをきちんと区切って読むようにします。

● **義務の５つのサラーで読むことが推奨されているクルアーン：**

１－**ファジュル：**アル＝ファーティハ章の後、最初の１ラクア目では﴾**カーフ**﴿（クルアーン 50）などの長めの*アル＝ムファッサル*[19]、あるいは時には﴾**太陽が包み隠されるとき…**﴿（クルアーン 81）や﴾**大地が激しく揺れ動かされる時…**﴿（同 99）などの中位・短めの*アル＝ムファッサル*から読みます。また時には、とても長引かせても良いでしょう。そして１ラクア目では２ラクア目に比べて、長めに読みます。また金曜日は１ラクア目に「サジダ章」（クルアーン 32）、２ラクア目に「人間章」（同 76）を読むのがスンナです。

２－**ズフル：**１ラクア目では、アル＝ファーティハ章の後にクルアーンの別の章句を読みます。そして最初の２ラクアではそれぞれおよそ 30 アーヤほど読みますが、１ラクア目の読誦は２ラクア目のそれよりも長めになるようにします。また時には読誦を長引かせ、時には短めの*アル＝ムファッサル*を読みます。尚最後の２ラクアでは、アル＝ファーティハ章しか読みません。またイマームは、時々読誦の声が回りに少し聞こえる位の程度で読むことも出来ます。

３－**アスル：**１ラクア目では、アル＝ファーティハ章の後にクルアーンの別の章句を読みます。そして最初の２ラクアではそれぞれおよそ 15 アーヤほど読みますが、１ラクア目の読誦は２ラクア目のそれよりも長めになるようにします。尚最後の２ラクアでは、アル＝

---

[19] 訳者注：「アル＝ムファッサル」とは、クルアーンの「カーフ章（第 50 章目）」から最後のスーラ（章）までの事を指します。その内「長めのアル＝ムファッサル」とは「カーフ章（第 50 章目）」から「ナバア章（第 78 章目）」までで、「中間くらいのアル＝ムファッサル」は「ナバア章（第 78 章目）」から「ドゥハー章（第 93 章目）」まで、「短めのアル＝ムファッサル」は「ドゥハー章（第 93 章目）」から「人類章（第 114 章目）」までの事を指します。アル＝ムファッサルは量的に見ると、クルアーン全体の４分の１強を占めます。

ファーティハ章しか読みません。またイマームは、時々読誦の声が回りに少し聞こえる位の程度で読むことも出来ます。

4－**マグリブ：**アル＝ファーティハ章の後には、時には短めの*アル＝ムファッサル*を、また時には長め・中位の*アル＝ムファッサル*を読みます。また時には最初の 2 ラクアで「高壁章」（クルアーン 7）や「戦利品章」（同 8）を読んだりすることもあります。3 ラクア目はアル＝ファーティハ章以外は読みません。

5－**イシャー：**最初の 2 ラクアでは中位の*アル＝ムファッサル*を読みます。3 ラクア・4 ラクア目はアル＝ファーティハ章以外は読みません。

● そしてクルアーンの読誦が終わったら、少々沈黙して間を置きます：それから両手を肩、あるいは耳の高さまで上げて「アッラーフ・アクバル」と唱えます。そして*ルクーゥ*（お辞儀の形の礼拝動作）をし、両手を両膝に掴む形であてます。その際両手の指は開いた状態にし、両肘を胴体には密着させません。また背中は真っ直ぐにし、頭を背中と同じ高さにします。ルクーゥの最中は落ち着きと平静を保ち、主の偉大さを讃える念唱をします。

● **ルクーゥの際に唱えるズィクル（念唱）やドゥアー（祈願）の数々：**

1－「偉大なる私の主の（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高さよ。」（ムスリムの伝承[20]）

2－「私たちの主アッラーの、（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高さよ。あなたを讃えます。アッラーよ、私（の罪）をお赦し下さい。」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[21]）このドゥアーはルクーゥ、及びサジダの際に数多く唱えるようにします。

3－「（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高なるお方。聖なるお方。天使たちとジブリールの主よ。」（ムスリムの伝承[22]）

4－「アッラーよ、私はあなたのためにルクーゥし、あなたのみを信仰し、あなたに服従しました。私の耳も、目も、脳も、骨も、神経も、あなたを畏敬します。」（ムスリムの伝承[23]）

---

20 サヒーフ・ムスリム（772）。
21 サヒーフ・アル＝ブハーリー（794）、サヒーフ・ムスリム（484）。
22 サヒーフ・ムスリム（487）。

5－「この上なき権勢と王国、強大さと偉大さの持ち主の（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高さよ。」（アブー・ダーウードとアン＝ナサーイーの伝承[24]）このドゥアーはルクーゥ、及びサジダの際に唱えます。

これらの言葉を、時にはこれ、また時にはこれ、という風に変化させて用いるようにします。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*を実践することが出来るのです。

● そしてルクーゥの体勢から、背中の骨が伸びて上体が真っ直ぐな起立体勢になるまで戻します。その際には、両手を耳か肩の高さまで上げながらこの動作を行います。起立した後にはこの両手を胸の前で合わせても良いですし、下に垂らすことも出来ます。尚イマーム、あるいは単独でサラーを行う者はこの時「*サミアッラーフ・リマン・ハミダフ*（アッラーはかれを讃える者をお聞き入れになられよう）」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[25]）と唱えます。

● **ルクーゥ後に真っ直ぐ起立した後、イマーム、イマームに従う者、単独でサラーをする者は次のように唱えます：**

1－「*ラッバナー・ワ・ラカ・アル＝ハムド*（私たちの主よ、そしてあなたにこそ全ての称賛があります）」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[26]）

2－「*ラッバナー・ラカ・アル＝ハムド*（私たちの主よ、あなたにこそ全ての称賛があります）」（アル＝ブハーリーの伝承[27]）

3－「*アッラーフンマ・ラッバナー・ラカ・アル＝ハムド*（アッラーよ、私たちの主よ。あなたにこそ全ての称賛があります）」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[28]）

4－「*アッラーフンマ・ラッバナー・ワ・ラカ・アル＝ハムド*（アッラーよ、私たちの主よ。そしてあなたにこそ全ての称賛があります）」（アル＝ブハーリーの伝承[29]）

---

23 サヒーフ・ムスリム（771）。
24 真正な伝承。スナン・アブー・ダーウード（873）、スナン・アン＝ナサーイー（1049）。
25 サヒーフ・アル＝ブハーリー（732）、サヒーフ・ムスリム（411）。
26 サヒーフ・アル＝ブハーリー（732）、サヒーフ・ムスリム（411）。
27 サヒーフ・アル＝ブハーリー（789）。
28 サヒーフ・アル＝ブハーリー（796）、サヒーフ・ムスリム（409）。
29 サヒーフ・アル＝ブハーリー（795）。

これらの言葉を、時にはこれ、また時にはこれ、という風に変化させて用いるようにします。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*を実践することが出来るのです。

● **また時には上記の言葉に、以下のように付加するのも良いでしょう。**

1－「*ハムダン・タイイバン・ムバーラカン・フィーヒ*（限りなく、素晴らしく、祝福に溢れた称賛を）」（アル＝ブハーリーの伝承[30]）

2－「*ミルウ・アッ＝サマーワーティ・ワ・ミルウ・アル＝アルドゥ、ワ・ミルウ・マー・シウタ・ミン・シャイイン・バアド、アフラ・アッ＝サナーイ・ワ・アル＝マジュドゥ、ラー・マーニァ・リマー・アァタイタ、ワ・ラー・ムゥティヤ・リマー・マナァタ、ワ・ラー・ヤンファウ・ザー・アル＝ジャッディ・ミンカ・アル＝ジャッドゥ*（あなたへの讃美は天地とその間にあるもの、そしてあなたの望むその他全ての物を満たします。讃美と栄光の主よ、あなたがお与えになるものを禁じる者はなく、あなたが禁じられるものを与えられる者はおりません。（現世における）どんな優れた境遇も、あなたの御許での真の幸福を益することはありません。[31]」（ムスリムの伝承[32]）

3－「*ミルウ・アッ＝サマーワーティ・ワ・ミルウ・アル＝アルドゥ、ワ・ミルウ・マー・シウタ・ミン・シャイイン・バアド、アフラ・アッ＝サナーイ・ワ・アル＝マジュドゥ、アハック・マー・カーラ・アル＝アブド、ワ・クッルナー・ラカ・アブド。アッラーフンマ・ラー・マーニァ・リマー・アァタイタ、ワ・ラー・ムゥティヤ・リマー・マナァタ、ワ・ラー・ヤンファウ・ザー・アル＝ジャッディ・ミンカ・アル＝ジャッドゥ*（あなたへの讃美は天地とその間にあるもの、そしてあなたの望むその他全ての物を満たします。讃美と栄光の主よ、そのしもべが讃えても讃えきれないお方よ、私たちは皆あなたのしもべです。アッラーよ、あなたがお与えになるものを禁じる者はなく、あなたが禁じられるものを与えられる者はおりません。（現世における）どんな優れた境遇も、あなたの御許での真の幸福を益することはありません。」（ムスリムの伝承[33]）

● 尚、*ルクーゥ*の後のこの起立姿勢を平静を保ちつつ長く続けるのはスンナです。

---

[30] サヒーフ・アル＝ブハーリー（799）。

[31] 訳者注：現世における権力、財産、子孫などの幸運は、それ自体ではアッラーの御許での真の幸運、つまり天国という報奨を獲得することには直接つながらない、ということを意味すると言われます。至高のアッラーはこう仰られています：《財産と子孫は現世の生活の飾り物であるが、永遠に残る善行こそはあなたの主の御許で最も優れた報奨であり、希望である》（クルアーン 18：46）

[32] サヒーフ・ムスリム（478）。

[33] サヒーフ・ムスリム（477）。

- それから*タクビール*[34]して、サジダ（跪拝）へと移行します。サジダの際には両膝よりも先に両手で地面に着くようにし、7つの部位 - ①②両手の平、③④両膝、⑤⑥両足、⑦額と鼻先 - を地面につけます。そして両手は指を開かずにキブラの方に向け、間隔を空けて地面に着けて体を支えます。また両手は時には肩の位置に、時には鼻の位置に置きます。

- 額と鼻は地面につけます。そして両腕が両脇に、腹部が両腿につかないようにします。また肘と前腕は地面につけません。

- 両膝と両足先は地面につけます。また両足先を立て、その指先はキブラの方を向くようにします。両足と両足の間隔は空け、落ち着いた形でサジダし、ドゥアーを沢山唱えます。尚ルクーゥとサジダの際には、クルアーンは読みません。

- **サジダの際には、以下に挙げるようなドゥアー（祈願）やズィクル（念唱）を唱えます：**

1－「至高であられる私の主の（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高さよ。」（ムスリムの伝承[35]）

2－「私たちの主アッラーの、（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高さよ。あなたを讃えます。アッラーよ、私（の罪）をお赦し下さい。」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[36]）

3－「（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高なるお方。聖なるお方。天使たちとジブリールの主よ。」（ムスリムの伝承[37]）

4－「アッラーよ、私はあなたにサジダし、あなたを信仰し、あなたに従いました。私の顔はそれを創造し、形造り、そこから耳と目を刻み分けたお方に平伏します。最高の創造主アッラーに称えあれ。」（ムスリムの伝承[38]）

5－「アッラーよ、大きいものも小さいものも、最初のものも最後のものも、知られているものもまだ知られていないものも、私の罪を全てお赦し下さい。」（ムスリムの伝承[39]）

---

34 訳者注：「アッラーフ・アクバル」という言葉のことです。
35 サヒーフ・ムスリム（772）。
36 サヒーフ・アル＝ブハーリー（794）、サヒーフ・ムスリム（484）。
37 サヒーフ・ムスリム（487）。
38 サヒーフ・ムスリム（771）。
39 サヒーフ・ムスリム（483）。

6－「アッラーよ、私はあなたのご満悦によってあなたの怒りからの、そしてあなたのお赦しによってあなたの懲罰からの、あなたによってあなたからのご加護を求めます。私はあなたが御自身を讃美されたようにあなたを讃美することは出来ません。」（ムスリムの伝承[40]）

7－「（あらゆる欠陥や不完全性から遥かに無縁な）崇高なるお方、私はあなたを讃美します。あなたの他に真に崇拝すべきものはありません。」（ムスリムの伝承[41]）

これらの言葉を、時にはこれ、また時にはこれ、という風に変化させて用いるようにします。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*を実践することが出来るのです。

- それから「アッラーフ・アクバル」と唱えつつ、サジダの状態から頭を上げます。そして左足の上にお尻をつけて座り、右足は立ててその指先をキブラの方に向けます。両手は指を開いて、それぞれ腿か膝の上に乗せます。あるいは両の踵を立てた上にお尻を乗せ、正座のような状態で座ることも可能です。いずれの場合にせよ座位の姿勢で落ち着いて静止し、中途半端な形ではなくしっかりと座位の姿勢を完遂します。

- **そしてこの座位の姿勢の状態で、以下に挙げるようなズィクル（念唱）やドゥアー（祈願）を唱えます：**

1－「アッラーよ（あるいは「主よ」）、私をお赦し下さい。私にご慈悲をおかけ下さい。（私を正しい状態に戻して下さい）（私の位階をお上げ下さい）私を導いて下さい。私をお守り下さい。私に糧をお恵み下さい。」（アブー・ダーウードとイブン・マージャの伝承[42]）

2－「主よ、私をお赦し下さい。主よ、私をお赦し下さい。」（イブン・マージャの伝承[43]）

- それから再びタクビールし、2度目のサジダに移ります。そして最初のサジダと同様のことを行います。それからまたタクビールして頭を上げ、再び左足の上にお尻をつけてしっかりと座ります。この座位は「*ジャルサト・アル＝イスティラーハ*（休息の座位姿勢）」と呼ばれているもので、この状態にある間はドゥアー（祈願）やズィクル（念唱）を行いません。

---

[40] サヒーフ・ムスリム（486）。
[41] サヒーフ・ムスリム（485）。
[42] 良好な伝承。スナン・アブー・ダーウード（850）、スナン・イブン・マージャ（898）。
[43] 真正な伝承。スナン・イブン・マージャ（897）。

- それから地面に一旦重心をかけて立ち上がり、2ラクア目に移行します。そして1ラクア目にしたことと同様のことを行いますが、1ラクア目よりは短めに済ませます。またサラー開始時のドゥアーは唱えません。

- それからラクア数が3、あるいは4のサラーをしているのであれば、2ラクア目が終了したら第一の*タシャッフド*（信仰告白）に入ります。左足の上にお尻をつけて座り、右足は立ててその指先をキブラの方に向け、両手はそれぞれ腿か膝の上に乗せます。左手はサジダ間の座位姿勢の時のように指を開いて置きますが、右手は人差し指をキブラの方に向けて立て、残りの指は閉じます。その際ドゥアー（祈願）しつつ人差し指を動かしてもいいですし、固定しておいても問題ありません。視線は人差し指の先に置き、親指と中指はただくっ付けておくだけでも構いませんし、あるいは親指と中指を輪のような形にしておいても構いません。

- **そして伝えられている以下のタシャッフドの言葉を、声を出さずに唱えます：**

1－イブン・マスウード（彼にアッラーのご満悦あれ）がアッラーの使徒（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）から学んだタシャッフドの言葉：

「*アッ＝タヒイヤート・リッラーヒ、ワッ＝サラワート・ワッ＝タイイバート。アッ＝サラーム・アライカ・アイユハン＝ナビイユ・ワ・ラフマトッラーヒ・ワ・バラカートゥフ。アッ＝サラーム・アライナー・ワ・アラー・イバーディッラーヒッサーリヒーン。アシュハド・アッラー・イラーハ・イッラッラー。ワ・アシュハド・アンナ・ムハンマダン・アブドフ・ワ・ラスールフ*（全ての讃美と祈りとよきものはアッラーに（捧げられます）。預言者よ、あなたの上に平安とアッラーのご慈悲と祝福がありますように。私たちに、そしてアッラーの敬虔なしもべたちに平安あれ。私はアッラー以外に真に崇拝すべきものは無いことを証言します。そして私はムハンマドがアッラーのしもべであり使徒であることを証言します。）」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[44]）

2－イブン・アッバース（彼らにアッラーのご満悦あれ）がアッラーの使徒（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）から学んだタシャッフドの言葉：

「*アッ＝タヒイヤート・ル＝ムバーラカート、アッ＝サラワート・ッ＝タイイバート・リッラー。アッ＝サラーム・アライカ・アイユハン＝ナビイユ・ワ・ラフマトッラーヒ・ワ・バラカートゥフ。アッ＝サラーム・アライナー・ワ・アラー・イバーディッラーヒッ*

[44] サヒーフ・アル＝ブハーリー（831）、サヒーフ・ムスリム（402）。

サーリヒーン。アシュハド・アッラー・イラーハ・イッラッラー。ワ・アシュハド・アンナ・ムハンマダン・ラスールッラー（祝福に溢れた全ての讃美と、よき祈りはアッラーに（捧げられます）。預言者よ、あなたの上に平安とアッラーのご慈悲と祝福がありますように。私たちに、そしてアッラーの敬虔なしもべたちに平安あれ。私はアッラー以外に真に崇拝すべきものは無いことを証言します。そして私はムハンマドがアッラー使徒であることを証言します。）」（ムスリムの伝承[45]）

これらの言葉を、時にはこれ、また時にはこれ、という風に変化させて用いるようにします。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*を実践することが出来るのです。

● **そして時には、預言者（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）に対して声を出さずに祈願します：**

1－「*アッラーフンマ・サッリ・アラー・ムハンマディン、ワ・アラー・アーリ・ムハンマドゥ。カマー・サッライタ・アラー・イブラーヒーマ、ワ・アラー・アーリ・イブラーヒーマ、インナカ・マジードゥン・ハミードゥ。アッラーフンマ・バーリク・アラー・ムハンマディン、ワ・アラー・アーリ・ムハンマドゥ。カマー・バーラクタ・アラー・イブラーヒーマ、ワ・アラー・アーリ・イブラーヒーマ、インナカ・マジードゥン・ハミードゥ*（アッラーよ、あなたがイブラーヒームと彼の一族に栄光をお与えになったように、ムハンマドとムハンマドの一族にも栄光をお与え下さい。あなたこそ全ての讃美と栄光の主です。アッラーよ、あなたがイブラーヒームと彼の一族を祝福されたように、ムハンマドとムハンマドの一族を祝福して下さい。あなたこそ全ての讃美と栄光の主です）。」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[46]）

2－「*アッラーフンマ・サッリ・アラー・ムハンマディン、ワ・アラー・アズワージヒ・ワ・ズッリーヤティヒ、カマー・サッライタ・アラー・アーリ・イブラーヒーム。ワ・バーリク・アラー・ムハンマディン、ワ・アラー・アズワージヒ・ワ・ズッリーヤティヒ、カマー・バーラクタ・アラー・アーリ・イブラーヒーマ、インナカ・マジードゥン・ハミードゥ*（アッラーよ、あなたがイブラーヒームの一族に栄光をお与えになったように、ムハンマドとその妻たちとその後裔たちにも栄光をお与え下さい。そしてあなたがイブラーヒームの一族を祝福されたように、ムハンマドとその妻たちとその後裔たちを祝福して下さい。あなたこそ全ての讃美と栄光の主です）。」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[47]）

---

45 サヒーフ・ムスリム（403）。

46 サヒーフ・アル＝ブハーリー（3370）、サヒーフ・ムスリム（406）。文章はアル＝ブハーリーのもの。

47 サヒーフ・アル＝ブハーリー（6360）、サヒーフ・ムスリム（407）。文章はムスリムのもの。

これらの言葉を、時にはこれ、また時にはこれ、という風に変化させて用いるようにします。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*を実践することが出来るのです。

- もしサラーがマグリブのように 3 ラクアからなるもの、あるいはズフルやアスルやイシャーのように 4 ラクアからなるものであれば、第一のタシャッフドは最初の 2 ラクアの後に行い、かつ預言者への祈願を唱えます。それから 3 ラクア目のために「アッラーフ・アクバル」と唱えて両手で体を支えつつ立ち上がり、そのタクビールと共に両手を耳、あるいは肩の高さにまで上げます。そして前述のように両手を胸の前に置き、アル＝ファーティハ章を読みます。それからルクーゥ、サジダを行い、マグリブのサラーであれば 3 ラクア目の後に第二のタシャッフドのために座位姿勢に入ります。

- もしサラーが 4 ラクアからなるものであれば、3 ラクア目終了後に前述の「*ジャルサト・アル＝イスティラーハ*（休息の座位姿勢）」を行ってから、再び「アッラーフ・アクバル」と唱えて両手で体を支えつつ立ち上がります。尚 3 ラクア目にも 4 ラクア目にもアル＝ファーティハ章を読みます。

- それからズフルとアスルとイシャーの場合は 4 ラクア目後に、そしてマグリブの場合は 3 ラクア目後に第二のタシャッフドのための座位姿勢に入ります。尚その際、タワッルクの体勢をとりますが、その形は以下に示すいずれかのものとなります：

1－右足を立て、寝せた左足を右足の腿とふくらはぎの下から外側に出します。そしてお尻は地面に直接つけて座る形になります。（アル＝ブハーリーの伝承[48]）

2－左のお尻を地面につけ、両足を右側に出します（いわゆる「女座り」です）。（アブー・ダーウードの伝承[49]）

3－右足を寝かせ、左足を右腿とふくらはぎの間に入れます。（ムスリムの伝承[50]）

これらの言葉を、時にはこれ、また時にはこれ、という風に変化させて用いるようにします。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*を実践することが出来るのです。

---

[48] サヒーフ・アル＝ブハーリー（828）。
[49] 真正な伝承。スナン・アブー・ダーウード（731）。
[50] サヒーフ・ムスリム（579）。

● それから前述のタシャッフドと、預言者（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）への祈願を行います。

● そしてこう唱えます：「アッラーよ、私はあなたに地獄の業火の懲罰と墓の中の懲罰、生と死の試練と偽メシアの試練の悪からのご加護を求めます。」（ムスリムの伝承[51]）

● **そしてその他にも、以下に挙げるドゥアー（祈願）から選んで唱えます：**

1－「アッラーよ、私は自分自身に沢山の不正を働きました。そして罪を赦されるお方は、あなたをおいて他にありません。ですから私を赦し、私にご慈悲を垂れて下さい。あなたこそよくお赦しになるお方、慈悲深きお方であられます。」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[52]）

2－「アッラーよ、私が既に犯してしまった、そしてこれから犯すであろう過ちをお赦し下さい。また私が密に、あるいは露わに犯した過ちと私の行き過ぎ、そしてあなたが私よりもそれらをよくご存知であるところの私の罪をお赦し下さい。あなたこそ物事を進め、遅らせるお方。あなた以外に真に崇拝すべきものはありません。」（ムスリムの伝承[53]）

3－「アッラーよ、あなたのズィクル（念唱）とあなたへの感謝、イバーダ（崇拝行為）を良い形で行うことにおいて私をご援助下さい。」（アル＝ブハーリーとアブー・ダーウードの伝承[54]）

4－「アッラーよ、私はあなたに臆病からのご加護を求めます。あなたに、厭わしい年齢に戻らされること[55]からのご加護を求めます。そしてあなたに、現世の試練と墓の懲罰からのご加護を求めます。」（アル＝ブハーリーの伝承[56]）

● そして右頬が後ろから見える位に右方向を向き、声を出してこう唱えます：「アッサラーム・アライクム・ワ・ラフマトッラー（あなた方にアッラーからの平安とご慈悲がありますよう）」また同様に左頬が後ろから見える位に左方向を向き、声を出してこう唱

---

[51] サヒーフ・ムスリム（588）。

[52] サヒーフ・アル＝ブハーリー（834）、サヒーフ・ムスリム（2705）。

[53] サヒーフ・ムスリム（771）。

[54] 真正な伝承。アル＝ブハーリーの「アル＝アダブ・アル＝ムフラド」（771）、スナン・アブー・ダーウード（1522）。

[55] 訳者注：老衰して身体的に脆弱で知性も衰えた、幼児期のような状態に舞い戻ること。

[56] サヒーフ・アル＝ブハーリー（2822）。

えます：「アッサラーム・アライクム・ワ・ラフマトッラー（あなた方にアッラーからの平安とご慈悲がありますよう）」（ムスリムとアブー・ダーウードとイブン・マージャの伝承[57]）

● また時には、右方向を向いて「アッサラーム・アライクム・ワ・ラフマトッラー（あなた方にアッラーからの平安とご慈悲がありますよう）」といった後、左側には「アッサラーム・アライクム（あなた方にアッラーからの平安がありますよう）」と言うだけに留めます。（アン＝ナサーイーの伝承[58]）

● またもし義務のものであれ任意のものであれ 2 ラクアのサラーをしたのであれば、2 ラクア目のサジダの 2 度目のサジダの後に「左足の上に座り、右足を立てます[59]。」（アル＝ブハーリーの伝承[60]）それから前述の通りタシャッフドと預言者（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）への祈願を唱え、ご加護を乞い、ドゥアーした後にタスリーム[61]します。

アル＝バラーゥ・ブン・アーズィブ（彼にアッラーのご満悦あれ）によれば、預言者（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）のルクーゥとサジダ、2 つのサジダの間、そしてルクーゥから頭を上げる時、また（ルクーゥの後の）起立姿勢と（2 つのサジダの間の）座位姿勢（の間隔）は同間隔でした。（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[62]）

● また女性は男性と同様の形でサラーします。というのも預言者（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）の「私がサラーするのを見た通りにサラーするのだ」（アル＝ブハーリーとムスリムの伝承[63]）という言葉は、全てのムスリムに向けられているからです。

● イマームはサラー終了後、時には右側から、また時には左側から後方に（つまり礼拝者たちの方に）向き直ります。そしてそのどちらもスンナです。

1－アーイシャ（彼女にアッラーのご満悦あれ）は言いました：「預言者（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）はタスリームを終えると、“アッラーよ、あなたこそが平安の主で、平安はあなたからのものです。崇高さと栄誉の主に称えあれ。”」（ムスリムの伝承[64]）

---

57 サヒーフ・ムスリム（582）、スナン・アブー・ダーウード（996）、スナン・イブン・マージャ（914）。
58 良好かつ真正な伝承。スナン・アン＝ナサーイー（1321）。
59 訳者注：つまり前述の「タワッルク」の座位姿勢をとりません。
60 サヒーフ・アル＝ブハーリー（828）。
61 訳者注：前述の礼拝最後の動作で、右と左に振り向いて挨拶すること。
62 サヒーフ・アル＝ブハーリー（792）、サヒーフ・ムスリム（471）。文章はアル＝ブハーリーのもの。
63 サヒーフ・アル＝ブハーリー（4497）、サヒーフ・ムスリム（92）。文章はアル＝ブハーリーのもの。

2－フルブ（彼にアッラーのご満悦あれ）は言いました：「アッラーの使徒（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）はサラーを率いた後、右側と左側どちら側からも振り向いたものでした。」（アブー・ダーウードとアッ＝ティルミズィーの伝承[65]）

これらの動作を、時にはこれ、また時にはこれ、という風に変化させて用いるようにします。こうすることで、伝えられている様々な種類の*スンナ*を実践することが出来るのです。

64　サヒーフ・ムスリム（592）。

65　良好かつ真正な伝承。スナン・アブー・ダーウード（1041）、スナン・アッ＝ティルミズィー（301）。文章はアッ＝ティルミズィーのもの。